

# Glutenfri muffins

**SÆSON:** Hele året

**TIL:** 12 stk

**TID:** 1time

## DET SKAL DU BRUGE:

### FYLD

100 -150 g sæsonens frugt og bær, i mindre stykker eller  
(se forslag under Tips og Tricks)

### DEJ

125 g blødt smør  
125 g sukker  
½ tsk vaniljesukker  
2 æg  
50 g hakket mandler (kan udelades)  
50 g glutenfri havremel eller kikærtemel  
50 g majsmel  
20 g glutenfri havregryn  
20 g kartoffelmel  
5 g fiberhusk  
1 tsk bagepulver

## SÅDAN GØR DU:

### FYLD

1. Vælg hvilke frugt/bær du vil have i dine muffins. Ordn frugt/bær og skær i mindre stykker. Sæt til side. Start på dejen.

### DEJ

1. Smelt smørret ved svag varme og stil det til siden.
2. Pisk æg, sukker og vaniljesukker lyst og luftigt med en elpisker (tager ca. 3 min).
3. Kom alt mel, glutenfri havregryn, fiberhusk, bagepulver og evt. hakkede mandler i en ny skål og bland det sammen. Kom melblandingen ned i din ægge-sukkerblanding og vend det rundt med en dejskraber. Tilsæt det smeltede smør og vend det i.
4. Tilsæt det klargjorte frugt/bær-fyld til dejen og vend det igen forsigtigt med en dejskraber.
5. Brug 2 spiseskeer til at fylde muffinsformene ca. 3/4 op med dej.
6. Bag kagerne ved 200 grader i ca. 15 min., indtil de er gennembagte og gyldne på toppen.
7. Tag kagerne ud af ovnen, og lad dem køle af på en bagerist.

## TIPS OG TRICKS

- 3 forslag til kombinationer af frugt og bær:
  - Æbler i små tern vendt i kannelsukker.
  - Banan og hakket chokolade.
  - Frosne hindbær og 2 spsk. lakridspulver.
- Du kan pynte dine muffins med f.eks. glasur, frosting eller flødeostcreme. Se opskriften PYNT TIL MUFFINS for mere inspiration.

